Nicht uneingeschränkt unschädlich: Isolierte Isoflavone

bcaction.de/isolierte-isoflavone-nicht-uneingeschraenkt-unschaedlich

22. Oktober 2015

(Last Updated On: 28. Oktober 2018)

Bildnachweis: Trifolium pratense, Rode klaver (übers. Rotklee)*. Foto von ekenitr auf flickr.com (CC BY-NC 2.0)*

In einer Pressemeldung vom 21.10.2015 berichtet die Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit EFSA über die Ergebnisse einer Bewertung von isolierten Isoflavonen in Nahrungsergänzungsmitteln durch ihr Sachverständigengremium für Lebensmittelzusatzstoffe ANS. Isoflavone in ihrer natürlichen Form kommen u.a. in Soja und Rotklee vor, in Nahrungsergänzungsmitteln werden Extrakte („isolierte Isoflavone“) verwendet. Ergebnis der Bewertung:

> „Aus den ausgewerteten Daten ergeben sich keine Hinweise auf schädliche Auswirkungen auf die drei für diese Bewertung berücksichtigten Organe – Brustdrüse, Gebärmutter und Schilddrüse. Wir betrachteten Studien, in denen Isoflavon-Dosen getestet wurden, die üblicherweise in Nahrungsergänzungsmitteln für menopausale Frauen in der EU zu finden sind.“

Doch Achtung, dieses Ergebnis gilt nicht uneingeschränkt für alle Frauen! Denn liest man die Mitteilung genau und bis zu Ende, stellt das ANS fest, dass seine Schlussfolgerungen auf Daten zu postmenopausalen Frauen ohne Brustkrebs- oder Gebärmutterkrebserkrankung beruhen und dass „für Frauen in der Übergangszeit zur Menopause sowie für menopausale Frauen mit eigener oder familiärer Krebsvorerkrankung … keine Daten vorliegen, um die Unbedenklichkeit dieser Stoffe für die genannten Gruppen von Frauen zu bewerten.“ Mit anderen Worten: Frauen,

- die bereits an Brust- oder Gebärmutterkrebs erkrankt sind,
- bei denen es familiäre Krebserkrankungen gibt,
- die sich nahe oder in der Menopause befinden

verfügen nach wie vor über keine klaren Aussagen zur Unschädlichkeit oder Schädlichkeit der Wirkung isolierter Isoflavone aus Nahrungsergänzungsmitteln.

Zu beachten ist ferner, dass in dieser Bewertung nur Extraktkonzentrationen betrachtet wurden, „die üblicherweise in Nahrungsergänzungsmitteln für menopausale Frauen in der EU zu finden sind“. Die Ergebnisse können also nicht ohne weiteres auf Nahrungsergänzungsmittel übertragen werden, die aus Drittländern z.B. über das Internet gekauft werden bzw. die übliche Wirkstoffmenge über- oder unterschreiten.

Der Stellungnahme des ANS kann zudem entnommen werden, dass es aus seiner Bewertung keine sichere Tagesdosis für isolierte Isoflavone in Nahrungsergänzungsmitteln ableiten konnte. („Overall, the Panel concluded that it was not possible to derive a single health-based guidance value or a safe intake level for food supplements containing isoflavones.“)

Die vorliegende Bewertung der EFSA erfolgte auf Bitte des Bundesinstituts für Risikobewertung (BfR) in Berlin. In seiner Stellungnahme zu Isoflavonen aus dem Jahr 2007 wies das BfR u.a. auf einen Aspekt hin (s. S. 15), der in der EFSA-Pressemitteilung nicht genannt wird, der für Frauen, die sich in der Brustkrebstherapie befinden, jedoch wichtig ist:

> „Die Eintrittswahrscheinlichkeit von gesundheitlichen Beeinträchtigungen in der Form, dass bei langfristiger Aufnahme von isoflavonhaltigen Nahrungsergänzungsmitteln oder ergänzenden bilanzierten Diäten das Brustkrebsrisiko ansteigt, wird insbesondere in der Risikogruppe von Frauen in den Wechseljahren als hoch eingestuft. Insbesondere müssen Frauen, die Tamoxifen als Medikament zur Vorbeugung von Brustkrebs sowie in der unterstützenden (adjuvanten) wie auch lindernden (palliativen) Therapie von Brustkrebs verwenden, auf dieses erhöhte Risiko hingewiesen werden (De Lemos, 2001; This et al., 2001).“

Nachtrag 18.01.2016

Unter dem Titel „Wechseljahre: Bei Präparaten mit Soja und Rotklee Dosis beachten!“ beschäftigt sich auch die Stiftung Warentest in einem Beitrag vom 18.01.2016 mit diesem Thema. Lt. EFSA seien die üblichen Dosierungen zwar sicher, sie rät Krebspatientinnen jedoch, auf die Mittel zu verzichten:

> „Wer Brust- oder Gebärmutterkrebs hat oder hatte, lässt die Mittel besser weg.“

Quellen / Weiterlesen

Isoflavone in Nahrungsergänzungsmitteln für Frauen nach der Menopause: kein Hinweis auf schädliche Wirkung, Pressemeldung der EFSA v. 21.10.2015 – mit Link zur Studie (in englischer Sprache)

Isolierte Isoflavone sind nicht ohne Risiko, aktualisierte Stellungnahme des BfR v. 03.04.2007 (PDF)

Wechseljahre: Bei Präparaten mit Soja und Rotklee Dosis beachten! Artikel der Stiftung Warentest v. 18.01.2016

Weiterlesen bei uns: Pflanzen-/Phytohormone und unter dem Stichwort Soja